Экологическое Органическое Живое Земледелие

Моя грядка изобилия

ОЖЗ

0+

ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ

ЯНВАРЬ 2016 №01

Подписной индекс 70930, каталог «Роспечать»

Электронная версия газеты: сайт www.gryadkaojz.ru.

Дорогие друзья!

Поздравляем вас с Новым годом!

Желаем счастья, здоровья и бодрости!

Давайте подведем итоги.

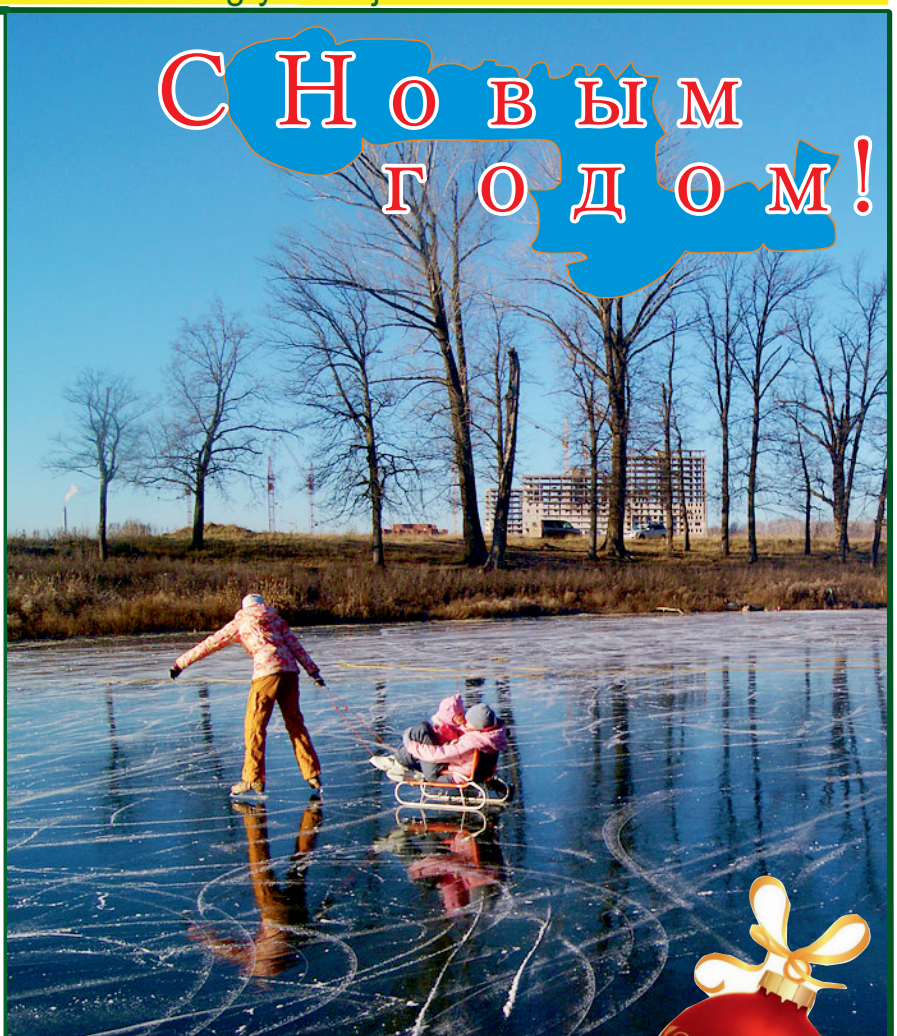
К нам приходит много писем, отзывов, в основном хороших.

Как говорили в замечательном фильме «Кин-дза-дза» (я его смотрел, наверное, раз десять): «Людям нравится». Но есть два ругательных письма, написанных, судя по стилю, одним человеком. Ему не нравится, что мы говорим и о жизни, и о нравственности, а не только о морковке, томатах… Стихи его тоже раздражают, а также реклама. А еще, зачем мы пишем про корову на грядке? Хорошо еще, что он хвалит наших опытных биологов-агрономов.

Газета у нас выполняет три функции:

1. Говорим о жизни, душе, любви, единстве, нравственности и ответственности перед собой, семьей, перед Родиной и всем миром. Для чего? Вспомним Библию: «Не хлебом единым жив человек». Человек живет для счастья. А для того, чтобы быть счастливым, мало уметь выращивать большие и вкусные урожаи, мало иметь материальное благополучие, а надо, чтобы ДУША РАДОВАЛАСЬ, т.е. воспитывать в

Продолжение на стр.2



Анекдотики

- Тебе сколько лет?
- Не знаю.
- А сколько раз ты смотрел фильм «Ирония судьбы, или С легким паром»?
- Ну, раз 20.
- Значит, тебе 20 лет.

Праздник Нового года - это ужин, заканчивающийся завтраком…

Моя грядка изобилия
ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ

Дорогие друзья!
Продолжение. Начало на стр. 1

себе чувство любви ко всему сущему, единства с ближними и дальними, со всем миром. Некоторых смущает слово любовь.

ЛЮБОВЬ. Любовь - это любовь, а на самом деле, это больше забота о близких, о Родине, обо всем мире и о себе любимом. Человек, который любит ближних и дальних, а еще и нравственный, и ответственный, он не унывает, хорошо учится, работает, кормит себя и ближних, строит заводы, создает новое, защищает страну и мир. Тогда он счастлив.

Честно говоря, мы бы не стали об этом писать, если бы об этом говорило государство или, хотя бы, кто-то. В результате перестройки (я считаю - предательства) мы получили разваленную, израненную страну: сейчас производим в 15 раз меньше, чем раньше. Почему так получилось? Потому что и я, и вы были безответственны. И совершенно не на кого пенять. Не надо ругаться, унывать: Это была школа - грубая, суровая, реальная учеба: безответственных бьют.

У нас великолепная страна, умнейшая творческая, работящая, душевная российская нация. Первый паровоз - наш, первый телефон, телеграф - наш, первый телевизор - наш, беспилотная сверхзвуковая, крылатая ракета наша, космос - наш. Наши замечательные предки освоили такую огромную территорию, что ее ясно видно из дальнего космоса.

2. Мы даем в газете профессиональные советы, как выращивать хорошие, качественные урожаи и домашнюю живность.

Для чего? Мне не нравится, что в последнюю войну голодали. Даже в тылу далеком, у нас на Урале. Мама рассказывала (она была учителем начальных классов): дети приходили в школу, им выдавали по одной картофелине - был голод, а некоторые опухали, не приходили в

Продолжение на стр.3

Семечко к семечку

Садоводы, огородники и дачники для того, чтобы собрать богатый урожай, трудятся весь год, как пчелки, руководствуясь старинной русской поговоркой: «готовь сани летом, а телегу – зимой». Вот почему, подгоняемые заботой о хлебе насущном, с приходом морозов и снегопада многие продвинутые пользователи интернета начинают бродить от сайта к сайту, намереваясь заказать целую партию разнообразных семян для сада-огорода, или бегут на рынок – там тоже можно найти много интересного!

Однако при покупке рыночных семян риск есть всегда: где, к примеру, искать сухонькую бабушку, продавшую вам зимой семена тыквы, из которых впоследствии выросли кабачки?! Другое дело – интернет, где наспех сколоченные сайты обещают 100%-ную гарантию качества семян, хвастаясь своим многолетним стажем и внимательным отношением к клиенту. Этот вариант на первый взгляд кажется намного надежнее! Вот только садоводческий эксперт Елена Чистякова считает иначе.

Е.И.Чистякова, биолог с большим стажем в овощеводстве, садоводстве и цветоводстве. Она в прошлом году посеяла семена редиса сорта «Дуро» (Краснодарские), но районированные для всех климатических зон. Урожай получила отличный: крупные, вкусные. Семена покупала в фирме «Башсортсемовощ».

Доверяй, но проверяй!

- В настоящее время очень много поддельных семян не только гуляет по рынку, но и продается в интернете. И поэтому, прежде чем их заказывать, особенно с помощью различных сайтов, советую спросить у поставщика акт о проверке семян, обязательно уточнив число: когда этот акт был сделан и где. На заметку огороднику: такой акт проверки семян овощных культур осуществляется каждые полгода, поэтому просроченные документы нам не нужны, как, впрочем, и такие же семена садовых культур! Если акт был сделан в вашем регионе, тогда за схожесть ожидаемого от семян и того, что получите на деле, еще можно ручаться.

Продолжение на стр.3

Дорогие друзья!
Продолжение. Начало на стр. 1

школу и умирали.

Мне не нравится, что сейчас пища часто отравлена химическими консервантами, ядохимикатами, антибиотиками, гормонами и ГМО. В результате растет диабет, появляются все новые и новые болезни, аллергии, дети - школьники больные. Так, в самой богатой и нахимиченной стране, США, каждый третий - диабетик, сверхожирение - у каждого второго, аллергия и депрессия - более чем у 75%.

Оказывается, проблема голода и отравленной еды легко преодолевается. На каждого человека достаточно 2-3 соток (может быть, 5 соток), чтобы полностью обеспечить себя растительной пищей. С одной сотки можно получать 500 кг картофеля (хватает на 5 человек) и т.д. ВЫРАЩИВАЙ САМ!

ИНТЕРЕСНО! *У моей бабушки было 40 соток земли и 8 детей. Ее муж, мой дед, - герой, воевал в первую мировую войну - защищал Родину, потом в гражданскую, пришел домой израненный и быстро умер. Так вот бабушка выращивала все: и картошку, и зерно, и даже коноплю из которой делали одежду. Я называю ее бабушка Марфа - Робинзон Крузо только с восемью детьми. И она подняла всех детей. Молодец, без нытья, иначе меня бы тоже не было.*

Надо только работать весело, бодро и уметь выращивать. Для этого привлекаем уважаемых, известных, опытных специалистов, даем их фотографии, фамилии и имена. ПОЖАЛУЙСТА, обращайтесь, если есть ошибки - поправляйте. У нас свои четыре лаборатории: агрохимическая, микробиологическая, физиологии растений, фитопатологическая - селекционная.

Работают высокопрофессиональные люди. И практически все, что

Продолжение на стр. 4

Семечко к семечку... Продолжение. Начало на стр.2

Ну а в случае, когда местные перекупщики получают товар из Москвы или из другого отдаленного города, сомнения в качестве должны быть всегда. Никто не может ручаться за его надлежащую сохранность на каком-нибудь складе. Может, загнили семена, плесень завелась или срок хранения давно вышел… Всякое бывает! К тому же, некоторые поставщики, заинтересованные в том, чтобы продать как можно больше товара, за качеством своих услуг не следят. Может быть, в ряде подобных случаев виноваты не сами продающие товар фирмы, а фасовщики, путающие названия и даты. Но как бы то ни было, вы от этого страдать не должны!

Лично со мной произошло следующее: приобрела семена так любимой мной цветной капусты, а в итоге на грядке взошла капуста декоративная.

Семена-эмигранты

Если же вы обратили внимание на иностранный товар, который стоит на удивление дешево, не соблазняйтесь на цену - скупой платит дважды! Дешевые импортные семена, как правило, старые или некачественные, и в итоге просто не прорастут у вас на грядке.

Когда в Уфе появилась фирма «Башсортсемовощ», закупающая семена в своем регионе, продукция отвечала предъявляемым потребительским требованиям. Сейчас же, если посмотреть страны-производители семян, на отечественном рынке, кроме помидор и огурцов все остальные овощные культуры производятся за границей. Та же самая редиска, которую у нас спокойно можно вырастить и продавать, почему-то прибывает к нам из Австралии! А это же совсем другой континент, другие условия! Естественно, «иностранка» с трудом привыкает к здешнему климату, тяжело прорастает, и богатый урожай с

Продолжение на стр. 4

Е.И. Чистякова: В прошлом году посадила перец «Подарок Молдовы» по системе экологического органического живого земледелия (ОЖЗ). Очень порадовал этот сорт своей урожайностью (с 1 кв.м получила 7 кг 300 г перцев), но в пачке была пересортица. Перчики подросли, и стало видно, что в пачке не только «Подарок Молдовы», но еще три вида семян - плоды подросли и стали походить на шарообразные, удлиненные, как хобот слона и как сорт «Калифорнийское чудо»

Моя грядка изобилия
Экологическое Органическое Живое Земледелие
ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ №68 2013 АВГУСТ

Дорогие друзья!
Продолжение. Начало на стр. 1

пишем в газете, мы проверяем в лабораториях, на огородах, в садах и на полях.

ДОРОГИЕ, многие говорят, что они приезжают на дачу, в коттеджи отдыхать, а не вкалывать. Но редиску-то вкуснейшую, настоящую можно вырастить?

Я, например, беру дышащий материал агротекс (стоит копейки-рубли), закрепляю на грядке, делаю в нем дырки или щели и сею семена. Все - никаких сорняков, можно лето отдыхать. Плюс природные биопрепараты и биоудобрения, можно установить простой автоматический полив или дождик и раз в неделю полив. Хорошо - немного физкультуры. То же самое ягоды на агротексе. Один раз посадил и 3-4 года только собирай и ешь. Картошку я сажаю всю жизнь, каждый год - традиция, тренировка и … пища натуральная. Форму не теряйте: жизнь может быть всякой, да это и весело, и приятно, и семья крепнет. Свое всегда вкусней, натуральнее и полезней.

КОРОВА, СВИНЬЯ, КОЗЫ, КУРЫ, КРОЛИКИ…

Зачем мы пишем о них?

Во-первых, нашу газету читают и крестьяне-труженики. Во-вторых, эти технологии могут пригодиться и вам, городские сограждане: мир так быстро меняется. Я считаю, в лучшую сторону, когда нормальную пищу придется добывать в поте лица своего (Ветхий завет). И в-третьих, я корову люблю. Она спасла нашу семью и миллионы других.

ИСТОРИЯ. Мой отец воевал с 1941 года и был демобилизован в 1947 году по болезни: туберкулез в открытой форме. Врачи сказали, что проживет не больше года. В том же году родился и я. Родители (какие молодцы - я ими горжусь) тут же уехали из Уфы, где жили вчетвером в одной комнате - коммуналке, в

Продолжение на стр.5

Семечко к семечку... Продолжение. Начало на стр.2

Это все мое, родное!

- Дорогие мои садоводы-огородники! Призываю вас отдавать предпочтение проверенным фирмам-поставщикам и местным, отечественным семенам! На родной земле любой овощ быстрее всходит, каждому денечку радуется, как и вашим заботливым рукам, и полезным, биологически активным препаратам, питающим прорастающие семена жизнью и здоровьем! Читайте о них на страницах «МГИ», будьте счастливы, успешны, и не забывайте о наших полезных советах!

А лучше всего делать свои семена, из гибридов, конечно, не получится, но в этом садово-огородном сезоне посадите культуры любимых вами сортов и затем отберите семена. Как, например, Геннадий Мустаев. Уже очень много лет выращивает томаты своего сорта - назвал своим, потому что уже и не помнит родного названия. Он раздает семена и родственникам, и сотрудникам, соседям, и все довольны такими то

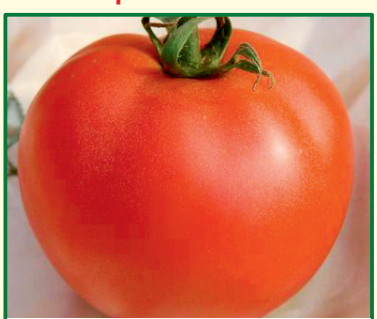
Геннадий Мустаев, простой водитель и страстный садовод-огородник. Томаты выращивает сладкие, вкуснейшие.

Советы Е.И. Чистяковой

А сорта томатов нам понравились

«Бычье сердце» - ни с чем несравнимый сорт, в 2015 году эти томаты дали максимальный урожай по системе ОЖЗ (с 1 кв. м собрали 13 кг томатов).

Также понравились сорта «Любовь земная», «Розовый гигант», «Розовый мед», «Лимонный», «Хурма».



Гибрид «Любовь земная»

Гибрид «**Любовь земная**»: раннеспелый (95-98 дней), детерминантный, вкусный, высокоурожаный (23-26 кг /м^2), плод красный, мясистый, округлый, масса плода 200-260 г.

Сорт «**Розовый гигант**»: среднеспелый (122-127 дней), индетерминантный, удивительно сладкого вкуса, высокоурожайный (5,8-6,4 кг/м^2), высота растения 180-200 см, среднеустойчив к болезням, плод розово-малинового цвета, мясистый, плоскоокруглый, масса плода 250 - 1000 г.

Продолжение на стр.5

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

деревню, завели корову. Отец прожил еще 18 лет, мне и всей семье и окружающим дал столько радости, столько оптимизма, что их хватает и мне и, я думаю, хватит всему миру. Мать, чтобы мы не заболели туберкулезом, каждый день проводила уборку, каждую субботу - влажную уборку с хлоркой (до сих пор помню ее запах), и каждое утро мне давали большую кружку парного молока. Держать корову, пасти корову это счастье.

ВНИМАНИЕ. Мы создали еще одну, новую газету «Биотехнология труженику-крестьянину, фермеру, аграрию, животноводу» и, в основном, будем рассказывать о продуктивной живности там.

3. Мы даем рекламу.

Реклама (лат. Reclamare - выкрикивать) - информация о потребительских свойствах товаров с целью создания спроса на них.

В советское время нас воспитывали тихими, скромными и... безответственными. И было неплохо. Государство (ГОСПЛАН) само знало: куда и сколько отправить валенок, стульев, хлеба… А сегодня? Ты, например, сделал 1000 табуреток. Хорошие получились. 20 штук разобрали соседи, а остальные откуда? А у тебя семья, а еще столяры с плотниками с семьями кушать хотят. И ты, хочешь не хочешь, начинаешь рекламировать (дословно - выкрикивать): «Кому табуретки лощеные, ножки крученые, сядешь - вставать не хочется и т.д., и т.п.». Вот такая интересная жизнь наступила.

Плохо это или хорошо? Вернуться назад, когда советская власть за нас думала,

Продолжение на стр.6

А сорта томатов нам понравились... Продолжение. Начало на стр.4

Сорт «**Розовый мед**»: среднеспелый (111-115 дней), детерминантный, устойчив к болезням, холодам и засухам, высота растений 60-70 см, плод насыщенно-розовый, мясистый, форма приплюснутая, масса - 600-700 г, урожайность 3,5-5,5 кг/м^2.

Сорт «**Хурма**»: среднеранний (110-120 дней), детерминантный, высота растения 70-100 см, плод оранжевый, форма округлая, масса 100-500г, урожайность 4-5 кг/м^2.

Сорт «**Весенняя радость**»: позднеспелый, требует подвязки и формирования растений, индетерминантный, плод округлый, гладкий, очень плотный. Окраска зрелого — красная. Масса плода ~ 140 г. Вкус отличный. Урожайность товарных плодов 10 кг/м^2.

Сорт «Розовый гигант»

Сорт «Розовый мед»

7 ПРИЧИН ИСПОЛЬЗОВАТЬ БОГАТЫЙ-МИКРО

для урожая и здоровья растений и человека

Дмитрий Скотников, биолог-консультант

1.Лечение и профилактика хлорозов, вызванных нехваткой необходимых микроэлементов (хлороз - потеря листьями естественной окраски).

2.Лечение и профилактика грибных и бактериальных болезней.

3. Дополнение к макроэлементам с целью получения максимальных урожаев.

Продолжение на стр.6

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

потеряли в 1991 году на ровном месте. Обвели их (нас) вокруг пальца «добренькие» (крокодилы) либералы и Запад. Хорошо, что живы остались, и то не все. Поэтому, я считаю, труженики, которые полностью отвечают за свои рабочие места, за свои мастерские, фермы, фабрики, за свои организации (ИП, ЧП, МСП - малые и средние предприятия), они необходимы.

Кого я называю тружеником? Это предприниматель, который все предпринимает, делает, отвечает за все, чтобы его дело (дело переводится - бизнес) существовало и приносило пользу ему, работникам (рабочие места это здорово) и государству. Тружеником я называю и фабриканта, если он не блатной монополист. Он крутится, как карась на сковородке. Он работает в десять раз больше, чем любой шахтер или сталевар: зарплатой два раза в месяц обеспечь десятки и сотни людей, добыть сырье, выдержать конкуренцию, выплатить налоги, кредиты, чтобы продать товар - организовать рекламу, пиар - тоже нужная вещь и т.д., и т.п. А банки рушатся, а жулики? Мы только в этом году около 4 миллионов рублей потеряли. Ну и ничего, затягиваем пояса, умнеем (может быть), придумываем инновационную продукцию, движемся вперед. Не ноем! На то и щука, чтобы карась не дремал! Труженик, конечно, и рабочий класс, и крестьянство. Мы все труженики, если приносим пользу.

Мы считаем, что государство должно быть мощным и нравственным. У государства должны остаться крупные предприятия: железная дорога, авиация, оборона, электросети, газ, нефть и т.д..

Вот так: начал про рекламу, а продолжил «за жизнь».

Продолжение на стр.7

7 причин использовать Богатый-микро... Продолжение. Начало на стр.5

Производится 4 препарата Богатый-микро:

1) **Богатый Цинк-Медь** (1% цинка, 1% меди + железо, марганец, кобальт, бор, молибден, магний);

2) **Богатый Медь** (1% меди + цинк, железо, марганец, кобальт, бор, молибден, магний);

3) **Богатый Железо** (2% железа + цинк, медь, марганец, кобальт, бор, молибден, магний);

4) **Богатый Комплексный** (1,6% азота + цинк, медь, железо, марганец, кобальт, бор, молибден, магний).

Роль макро- и микроэлементов для растений и человека.

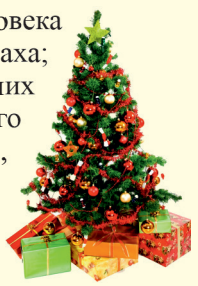
Цинк (Zn)

Роль. В организме человека цинк принимает участие в кроветворении, функционировании иммунной и эндокринной систем, связан с сотнями ферментов. У мужчин цинк участвует в синтезе

тестостерона и функционировании половых желез, защищает от простатита.

В растениях цинк входит в состав ферментов, участвует в дыхании, белковом и углеводном обмене, отвечает за образование важной аминокислоты триптофана, повышает содержание фитогормонов, влияющих на накопление биомассы растений. Цинк необходим для нормального развития яйцеклетки и зародыша. Он повышает засухо-, жаро- и холодостойкость растений.

При дефиците цинка. Недостаток цинка у человека вызывает: усталость, потерю ощущений вкуса и запаха; хрупкость, отслаивание ногтей, образование на них белых пятен; угри. Наблюдается задержка полового созревания; замедление роста, бесплодие, импотенция, выпадение волос, повышенный уровень холестерина. Падает острота ночного зрения, снижается иммунитет, слабеет память. Повышается предрасположенность к диабету кожным поражениям



Продолжение на стр.7

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

Реклама может и приукрашивать и, иногда, врать. Здесь должен быть внимательным и ответственным покупатель: поговори с друзьями, соседями, подумай, проведи опыт (сам удостоверься), что тебе выгодно, а что нет. Но реклама нужна. Иначе просидишь за печкой, и никто про твой замечательный товар знать не будет.

Жизнь - игра. Учись, играй, выигрывай. Но иногда и проиграешь. Не унывай. Это игра. И еще я скажу: учись хорошо в школе и в жизни, не злись, и тогда тебя меньше будут надувать. Не поздно начать учиться и сейчас и детям, и взрослым, и пенсионерам:

1) не оставляй ни одного непонятного слова, понятия, явления. Смотри в словаре иностранных слов, толковых словарях, изучай учебники, спрашивай друзей, учителей, специалистов, ничему не верь (почти ничему) - проверь. У каждого человека примерно 100 миллиардов нейронов (мозговых клеток), и КАЖДЫЙ может и должен все понять и поймет;

2) если что-то не понимаешь, начни с самого начала: с 7 класса, с 3-го, если требуется, с 1 класса и, не торопясь, постепенно, не оставляя ни одного непонятного слова, двигайся вперед;

3) когда разбираешь, понимаешь, решаешь и решишь, в конце концов, - это колоссальная радость, здоровье и молодость. И материально, скорее всего, выиграешь;

4) прочитай в «Моей грядке изобилия» № 11 ноябрь 2015г и в группе «Люди, объединяйтесь» http://vk.com/club102041695?w=wall-102041695_59%2Fall

ЗАМЕЧАТЕЛЬНЫЕ ГУМИ, ФИТОСПОРИН-М, БОРОГУМ...

Продолжение на стр.8

7 причин использовать Богатый-микро... Продолжение. Начало на стр.5

и медленному заживлению ран.

У растений нарушается деление клеток, на растениях образуются узкие, закрученные в спираль листья. Ткань между жилками обесцвечивается, и они выделяются четкой зеленой сеткой.

Медь (Cu)

Роль. В организме человека медь участвует в дыхании тканей, в синтезе новых структур и веществ, гемоглобина, пигментов кожи, волос, глаз, влияет на функционирование желез внутренней секреции.

Для растения медь – это устойчивость ко всем неблагоприятным факторам. Медь усиливает интенсивность дыхания, обеспечивает накопление азота, а также нужна растениям для образования хлорофилла, белков и углеводов.

При дефиците меди. Недостаточность меди в организме человека может вызвать задержку роста, общую слабость, анемию, поседение волос и частичное облысение, ослабление дыхания, появление кожных язв, потерю аппетита и, соответственно, снижение веса, атрофию сердечной мышцы.

У растений задерживаются рост и цветение, наблюдаются хлороз, потеря тургора, увядание. У злаков при остром дефиците меди белеют кончики листьев и не развивается колос, у плодовых высыхает верхушка, растения могут стать бесплодными.

Железо (Fe)

Роль. Железо у человека входит в состав гемоглобина крови, в связи с чем участвует в процессах кроветворения и переносе кислорода к тканям. Железо необходимо и для повышения активности многих ферментов, для процессов роста организма, образования энергии, поддержания нормального иммунитета.

В растениях железо входит в состав ферментов, участвует в синтезе хлорофилла, процессах дыхания, фиксации азота, реакциях обмена веществ.

При дефиците железа. При недостатке этого микроэлемента у человека развивается железодефицитная анемия, сопровождающаяся головокружением, слабостью, усталостью и нервозностью. Наблюдаются ломкость, выпадение и поседение волос, отслоение и деформация ногтей, затрудненное глотание, замедление умственных реакций, хрупкость костей, ожирение.

Дефицит железа у растений ведет к нарушению образования хлорофилла и развивается хлороз. Листья теряют зеленую окраску, затем белеют и преждевременно опадают.

Продолжение на стр.8

Моя грядка изобилия
Экологическое Органическое Живое Земледелие
ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ №68 2013 АВГУСТ

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

так денег мало?» Отвечаем: «Будут препараты, будет больший урожай, тогда будут и деньги». Я помню, так же говорили и в хозяйствах, а сейчас используют Гуми и другие наши биопрепараты на 3 миллионах гектаров.

Вот давайте посчитаем, выгодно ли использовать, например, Гуми-30 (паста 300г):

1) пакет 300 г стоит в магазине примерно 40 руб.;

2) при одноразовой обработке пакета достаточно на 2 га (200 соток, 150 г/га). При 4- разовой - на 50 соток;

3) прибавка урожая от применения Гуми составляет 10-20%, по некоторым культурам - до 50%...

Например, Научно-исследовательский институт (НИИ) садоводства и виноградарства (г. Краснодар) испытывал 4 года Гуми на землянике: 3 обработ-

4-х летние опыты в Научно-исследовательском институте Садоводства и Виноградарства (д.с.х.н. Т.Г. Причко, к.б.н. М.Е. Подгорная)

Земляника - сорт «Мармелада»
Обмакивали корни при посадке и 3 раза за сезон опрыскивали раствором ОЖЗ № 1 (ГУМИ + Фитоспорин)

Урожай увеличился в 1,5 - 2,1 раза. Урожай в опытах достиг 5 кг/м2, 500 кг/сотка, 50 тонн/га.

В маточнике выросло в 1,7 раза больше усов высшего качества

прибавку урожая земляники более 50%; когда же обрабатывали в течение 2-х лет и посадочный материал, и плодоносящую плантацию, прибавка составила

Продолжение на стр.9

7 причин использовать Богатый-микро... Продолжение. Начало на стр.5

B

Бор (B)

Роль. В организме человека бор улучшает скелет, предотвращает заболевания позвоночника и суставов, участвует в синтезе белков. Участвует в работе центральной нервной системы, способствует повышению уровня половых гормонов, что благоприятно отражается на росте мышечной массы, улучшает обмен углеводов и жиров в организме. Бор необходим для нормального обмена фосфора, фтора, кальция и магния.

В растении бор отвечает за формирование цветков, завязей и полноценных плодов, увеличивает процент завязывания плодов. Играет важную роль в делении клеток и синтезе белков, является необходимым компонентом клеточной оболочки.

При дефиците бора. При недостаточности бора у человека могут наблюдаться сбои в работе эндокринных желез, следствием чего является гормональный дисбаланс. Дефицит бора может стать причиной развития остеопороза; он провоцирует заболевания суставов и мочекаменную болезнь, вызывает нарушения в деятельности нервной системы.

У растений наблюдаются дефекты проводящей системы, камбия и других тканей, пожелтение, деформация и отмирание (некроз) листьев, особенно на верхушках побегов, покраснение жилок листьев, опадание завязей и преждевременное опадание листьев.

Mn

Марганец (Mn)

Роль. В организме человека марганец необходим для образования и обмена витамина С, является составной частью ферментных систем, влияет на обмен белков, углеводов и жиров. Усиливает действие инсулина и поддерживает определенный уровень холестерина в крови.

Марганец в растении активирует более 35 ферментов, участвует в фотосинтезе и синтезе витаминов С, В, Е, способствует увеличению содержания сахаров и их оттоку из листьев, ускоряет рост растений и созревание семян.

При дефиците марганца. Недостаточность марганца в организме человека может привести к снижению уровня «полезного» холестерина в крови, развитию атеросклероза, сердечно-сосудистых расстройств, нарушениям зрения и слуха. Дефицит марганца приводит к снижению памяти, спазмам, судорогам и болям в мышцах,

Продолжение на стр.9

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

4) на сотку тратится примерно 1 рубль (40 рублей на 50 соток = ~1 рубль/сотка)

5) при урожае, например, картофеля 200 кг с сотки - даже 10% прибавки составляет 20 кг картошки.

При цене 10 руб/кг - 200 руб.

6) Значит при затрате 1 рубль - прибыль составляет 200 рублей.

1 рубль затрат - 200 рублей прибыли - ВЫГОДНО же!

Гуми+Фитоспорин-М еще и антистрессовые препараты: даже в засуху обеспечивают больший урожай.

Мы сейчас производим более миллиона 300-граммовых пакетиков Гуми-30. Вот уже 20 лет люди используют, проверяют и им нравится.

СТИХИ сердитому читателю не понравились.

Ну уж Сергей Есенин-то, я думаю, хорошо. Мне нравится. Не все о деле, а немного и для души. Я вот бываю иногда в Москве: народу много, особенно в метро, и по стенам реклама, реклама - очень сухо. И я каждый раз думаю, хорошо бы там были стихи Пушкина, Лермонтова … Для души хорошо. И вот недавно еду на эскалаторе, а на стенах стихи появились.

ЧУДО. Мне рассказали, что молодежь устроила флеш-моб ((от англ. flash mob — Flash — вспышка; миг, мгновение; mob — толпа. Переводится как «мгновенная толпа») — заранее спланированная массовая акция, в которой большая группа людей появляется в общественном месте, выполняет заранее оговоренные действия (сценарий) и затем расходится). В одном автобусе неожиданно вставали по одному и читали громко стихи. Пассажирам так понравилось, что они тоже стали

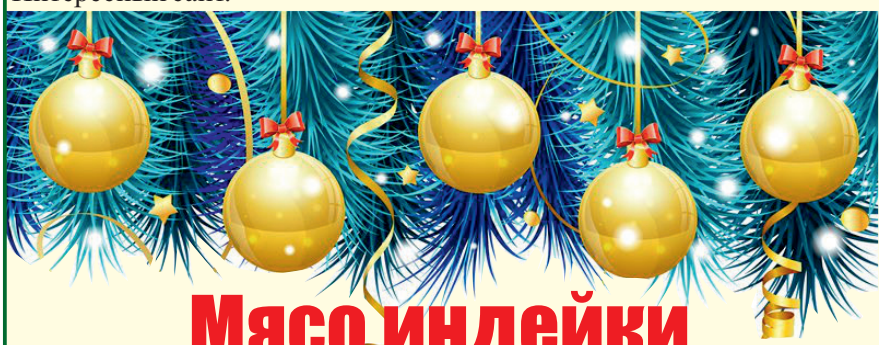
Продолжение на стр.10

7 причин использовать Богатый-микро... Продолжение. Начало на стр.5

тремору, нарушениям в суставах, излишнему потоотделению, истончению зубной эмали, нарушениям пигментации кожи, задержке роста ногтей и волос. Происходит ослабление иммунитета, преждевременное старение, повышается риск онкологических заболеваний.

В растениях уменьшается содержание хлорофилла и наблюдается точечный хлороз листьев: между жилками появляются мелкие желтые пятна, а сами жилки остаются зелеными, затем пораженные участки отмирают.

Кроме вышеперечисленных микроэлементов, огромное значение для растения, а в последующем для человека имеют следующие элементы: азот (N), марганец (Mn), молибден (Mo), магний (Mg), кобальт (Co). Полную информацию о роли важных элементов питания растения, о дефиците и о влиянии их на здоровье человека вы можете прочитать на сайте www.gryadkaojz.ru. Интересный сайт.



Мясо индейки тушеное с черносливом

Филе индейки необходимо тщательно промыть в воде и нарезать небольшими кусочками. Далее необходимо на сковороде разогреть две столовые ложки масла и выложить на сковороду кусочки филе. Закрыть сковороду крышкой и на медленном огне потушить около 5-10 минут до румяного цвета. Можно добавить мелконарезанный лук и тертую морковь. Далее необходимо добавить воды, посолить мясо и посыпать специями по вкусу. После чего следует закрыть крышку и тушить на среднем огне около 30-40 минут. Этим временем нужно подготовить чернослив. Выложить его в тарелку и залить кипятком. Оставить размягчаться на 10-15 минут. После чего слить воду.

За 10 минут до готовности нужно добавить к мясу чернослив. Тщательно перемешать и тушить оставшееся время. Тушеная индейка получается очень нежной, сочной и мягкой за счет добавления к ней чернослива. Готовое блюдо можно подавать с гарниром, а можно употреблять как самостоятельное блюдо.

Дорогие друзья!

Продолжение. Начало на стр. 1

чудо. Хорошо. Я, например, каждое утро встаю и выучиваю одно стихотворение до прихода на работу - такое удовольствие!

ИНТЕРЕСНО. Столичные библиотекари намерены инициировать внедрение этого проекта в автобусах «Мосгортранса».

Они убеждены, что москвичам будет интересно во время поездки прослушать отрывки из произведений Салтыкова-Щедрина, стихи Марины Цветаевой …. Это будет побуждать горожан прочесть произведение полностью.

С Новым годом вас, дорогие!

С новым счастьем!

ПРИМЕНЕНИЕ.

Для кошек и собак в дозе 1 мл на 1 кг живой массы в течение 3-14 дней.

Наибольший эффект наблюдается при использовании пробиотика с первых дней жизни животного.

От всех бед - «Животик-Лайф» наш ответ!

«ЖивотикЛайф» («Ветоспорин») – настолько «умное лекарство», что, попадая в организм животного, само диагностирует заболевание и лечит его. Собаки и кошки, которые на себе ощутили его силу, узнают пробиотик «на раз» и просят его у хозяев еще и еще! Многие из них и правда нуждаются в активной помощи, особенно в холодное время года.

Наталья Фисенко, главный ветеринарный врач, начальник отдела разработки ветеринарных препаратов и кормовых добавок

Насекомые атакуют. Домашние питомцы часто страдают от пироплазмоза и аллергического блошиного дерматита, распространяемых клещами и блохами. Трудно сказать, какие из них опаснее, особенно учитывая способность блох переносить яйца внутренних паразитов – глистов. Да-да, этих насекомых в избытке хватает в городских дворах и парках даже при низкой температуре! Сидят и ждут, когда ваши четвероногие любимцы выйдут на прогулку.

Предупреждая об этом, ветеринары советуют обрабатывать животных препаратами против блох и глистов в комплексе, не забывая сказать и о том, что если иммунитет питомца ослаблен, токсичные лекарства могут навредить его здоровью, дав осложнение на печень и желудочно-кишечный тракт.

Двойной эффект! Но у хороших хозяев «ЖивотикЛайф» всегда под рукой! Он действует быстро и четко: нейтрализует вредные микроорганизмы и помогает полезным, нормализует обменные процессы, восстанавливает иммунитет, избавляет от целого ряда заболеваний и негативных последствий других лекарств! А с токсичными антигельминтными препаратами разговор у него особенно короток: пробиотик не только легко устранит негативные последствия и побочные эффекты лечения, но и в разы поднимет иммунитет четвероногого!

Такой двойной эффект в этом случае как нельзя кстати, ведь ослабление иммунной системы зимой – процесс хоть и ожидаемый, но чреватый различными неприятностями.

Линька о чем говорит? Ветеринарный врач Наталья Фисенко утверждает, что состояние шерсти животного напрямую зависит от работы желудочно-кишечного тракта. Во время линьки она советует давать животному комплексные витамины, а также микроэлементы, которые способствуют лучшему восстановлению и росту шерсти.

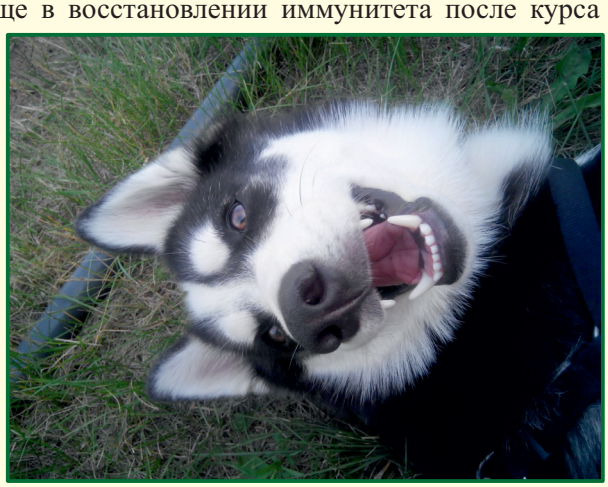
Продолжение на стр.11

От всех бед - «ЖивотикЛайф»... Продолжение. Начало на стр.10

Ну и, конечно, «ЖивотикЛайф», который поможет и с паразитами справиться, и даже с линькой. Особенно в тех случаях, когда слишком активное выпадение шерсти у кошки и собаки говорит о внутреннем дискомфорте, связанном с каким-либо внутренним заболеванием. Даже если ваш питомец не выходит из квартиры, шансов «подцепить» инфекцию или паразитов у него не меньше, чем у уличных «дворняг». Все потому, что кошка, сидящая дома, практически стерильна – у нее нет возможности выработать иммунитет естественным путем, контактируя с возбудителями, как «уличные» животные, и перед инфекциями она беззащитна. Вирусы же перемещаются по воздуху, а люди приносят их домой на одежде, обуви – вот ослабленные и стерильные животные тут же и заражаются…

Один пробиотик на все опасности жизни! Увы, это может быть опасно как для питомца, так и для его хозяев: воздух в квартире один на всех, а любимые животные зачастую спят с людьми в одной постели и едят с рук. Поэтому очень часто больные и ослабленные, они разделяют плохое самочувствие со своими двуногими домочадцами. Чтобы этого не произошло, универсальный «ЖивотикЛайф» снова спешит на помощь! Ведь он эффективен не только в комплексном лечении при бактериальных, вирусных и грибковых заболеваниях (микроспория и трихофития), но и в устранении возможных причин линьки: созданный из живых микробных культур, препарат благоприятно влияет на пищеварительный тракт и усвоение питательных веществ, усиливая сопротивляемость организма к действию вредной микрофлоры. Ветеринары советуют применять его регулярно в качестве профилактики линьки и плохого самочувствия кошечки и собачки, особенно в межсезонье, когда иммунитет дает слабину и шерсть четвероногих осыпается с удвоенной силой!

«ЖивотикЛайф» показан также при острых и хронических заболеваниях желудочно-кишечного тракта, поражениях печени, гастритах, отравлениях, а еще в восстановлении иммунитета после курса лечения антибиотиками. Отлично подходит для профилактики и лечения дисбактериозов, при заболеваниях дыхательных путей (пневмония, бронхит), при гнойно-септических заболеваниях (мастит, отит, эндометрит, стрептостафилококковая инфекция), при лечении заболеваний почек (пиелонефрит) – то есть, «излечит-исцелит» все болезни осеннее-зимнего периода.



Ответная реакция «ЖивотикЛайфа» - радость вместо стресса! И не удивляйтесь, что с такой горой болезней справляется всего один пробиотик. Ведь живые бактерии «ЖивотикЛайфа» работают как шестеренки большого и слаженного механизма, в нужных количествах вырабатывая полезные для организма животного продукты, такие как витамины, аминокислоты, пищеварительные ферменты, биологические стимуляторы роста, гормоноподобные вещества, стимуляторы иммунитета и антибиотики.

- Назначение лекарственных препаратов - тот же стресс. Изменение диеты, использование антибиотиков, общая анестезия, гельминты или бактериальные инфекции могут легко нарушить микрофлору кишечника, - рассказывает ветеринар Наталья Фисенко. – Из-за этих негативных факторов в организме животного происходит чрезмерный рост патогенных бактерий, которые запускают такие симптомы, как диарея, потеря аппетита, дискомфорт или избыточное образование газов. Вот почему так необходима немедленная ответная реакция – прежде всего, использование безопасного и эффективносго пробиотика «ЖивотикЛайфа» («Ветоспорина»)!

Знакомство с новыми препаратами. Телефоны для справок: г. Уфа, 8 (347) 292 09 94, 8 937 332 51 19, 8 919 15 177 14 vet-bnk@mail.ru, www.bashinkom.ru

Дружественные бактерии на страже здоровья собак, кошек, хомяков и морских свинок!

ЛУЧШИЕ ТОВАРЫ БАШКОРТОСТАНА 2015

У хороших хозяев домашние питомцы хорошеют и здоровеют круглый год! Ничего их не берет – ни хандра, ни простуда, ни снижение иммунитета. А знаете, почему? Здоровье четвероногих находится под надежным присмотром полезной биодобавки «МикроБиоАктивУголь», которую время от времени заботливые владельцы животных добавляют в корм.

Качество кормов предлагаемой продукции не всегда бывает на высоте, и содержание аллергенных компонентов, бывает, превышает норму. А просроченные корма легко становятся богатым рассадником пищевых токсинов, что может спровоцировать резкое снижение иммунитета и, как следствие, сильное выпадение шерсти, облысение, нагноение глаз, обильное выделение слюны у животных.

Ветеринарный врач Наталья Фисенко рекомендует пробиотическую добавку не только ослабленным животным, но и вполне здоровым и активным - в качестве профилактики! Это поможет им легче пережить осеннее-зимний период, всегда оставаясь в хорошей форме и бодром, игривом настроении.

«МикроБиоАктивУголь» - это комплексная профилактическая кормовая добавка-энтерсорбент, содержащая живые клетки спорообразующих бактерий Bacillus Subtilis 11В и 12В.

В каждой частичке этой уникальной биодобавки кипит постоянная работа - живые бактерии увлеченно и без остановки ведут лечебно-профилактическую деятельность: обеззараживают пищу, выводят из организма аллергены, токсины и пищевые яды. Особенно хорошо справляются с желудочно-кишечными и бактериальными инфекциями, а также с последствиями отравлений недоброкачественной пищей.

«МикроБиоАктивУголь» обеспечивает лучшую переваримость питательных веществ рациона, стимулирует обменные процессы, повышает сопротивляемость организма к стрессам и патогенным бактериям, увеличивает прирост живой массы и значительно снижает расход корма. Другими словами, замечательная биодобавка избавит вашего питомца от проблем со здоровьем, а вас - от лишних хлопот.

Счастье птицам *(канарейки, попугаи крупные и мелкие, чижи, щеглы, варакушки, чечетки, амадины, неразлучники...*

Счастье птицам – это природные полезные бактерии в жидкой форме. Препарат предназначен для профилактики и лечения

Грызун-здоровяк *(хомяк, мышь, крыса, морская свинка).*

Лечение дисбактериозов у грызунов, повышение иммунитета, увеличение сохранности, стимуляция роста и развития молодняка, восстановление организма после приема антибиотиков, улучшение

НОВИНКИ

новогодняя страничка

Дмитрий Скотников - заядлый вегетарианец - раскрывает небольшие секреты своего праздничного угощения. Попробуйте, это очень вкусно и полезно.

Салат «Авокадная фантазия»

Салат «Авокадная фантазия». Ингредиенты: 5-6 листьев савойской капусты, 250 г томатов черри, 1 небольшой красный, оранжевый либо желтый болгарский перец, 1 спелое авокадо, 1 стебель сельдерея, 2 столовых ложки нерафинированного растительного масла (подсолнечного, оливкового или другого), зелёный лук, соль и перец по вкусу.

Приготовление: савойскую капусту нарезать соломкой, томаты черри разрезать на половинки, либо четвертинки, стебель сельдерея - колечками, болгарский перец и очищенное от кожуры авокадо - кубиками (косточку удалить!). Полить растительным маслом, посолить и поперчить по вкусу, можно посыпать нарезанным зелёным луком. Тщательно перемешать. Салат готов!

Необычный фаршированный перец

Вегетарианский фаршированный перец. Ингредиенты: 250 г сухого соевого мяса, 1 стакан риса, 2-3 луковицы, болгарский перец 8-10 штук, 2-3 моркови, 4 столовых ложки томатной пасты, ½ стакана растительного масла, вода, 2 горсти зелени, специи и соль по вкусу.

Приготовление: соевое мясо замочить в тёплой воде на 1 час, затем отжать, вновь замочить и сразу отжать. Пропустить через мясорубку с 1-2 луковицами, посолить, приправить, добавить 2-3 столовых ложки масла. Рис промыть, добавить в фарш, перемешать. Болгарский перец промыть, удалить аккуратно внутреннюю часть с косточками, сформировав при этом своего рода сосуды. Нафаршировать перцы готовым фаршем приблизительно на ¾ объёма. Нарезать крупную луковицу и морковь соломкой, обжарить в растительном масле (в казане). Выложить перцы в казан с овощами открытой частью вверх. Развести томатную пасту в воде и залить перцы так, чтобы бульон попадал внутрь перцев. Тушить до готовности риса. Посолить по вкусу. При подаче на стол посыпать рубленой зеленью. Приятного аппетита!

Чечевичные чебуреки практически ничем не отличаются от настоящих, мясных. Вкус нежный, очень питательные, содержат много качественного белка.

Моя грядка изобилия
ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ

Такие маленькие, а навредить могут знатно!

Дмитрий Скотников, биолог спасает замиокулкас от сциарид.

В большом горшке у нас на работе растет наш любимец – экзотическое растение замиокулкас. Мы делимся с ним не только водой, но и кофейной гущей, и остатками чая с заваркой. Такое обогащение почвы органикой ему оказалось по нраву – из под земли выстрелили сразу два новых ростка. Но вскоре наша радость сменилась обеспокоенностью – вокруг горшка с замиокулкасом объявились откуда не возьмись какие-то мелкие насекомые, с первого взгляда напоминающие дрозофил. Но при детальном рассмотрении стало понятно, что эти малявки – вовсе не дрозофилы...

Знакомьтесь: сциариды. Сциарид в народе называют грибными комариками, и относятся они к отряду двукрылых насекомых, как и всем известные мухи. Интересно то, что это очень древняя и малоизученная группа насекомых, но при этом встречающаяся повсюду. Каждый год ученые открывают все новые и новые виды сциарид, особенно богаты ими тропические районы планеты. Самый первый вопрос, который у нас возник: откуда они попали в офис? Так вот, оказывается, они могут попасть в горшки комнатных растений либо с грунтом, либо прямиком с улицы, когда взрослые особи проникают в помещение и откладывают яйца во влажный грунт. А грунт у нашего замиокулкаса был именно влажный. Переувлажнение субстрата и большое содержание в нем быстро разлагающейся органики – это основные условия, при которых сциариды чувствуют себя наиболее комфортно и начинают быстро размножаться.

Могут ли навредить? Ротовые органы взрослых особей недоразвиты, поэтому они не питаются и не могут причинить вред растениям. Из яиц, отложенных во влажный грунт, уже через несколько суток появляются червеобразные безногие полупрозрачные личинки размером 2-10 мм. Обычно личинки сциарид питаются в почве гниющими растительными остатками и даже приносят этим самым пользу. Но при массовом размножении они начинают активно питаться живыми тканями растений и переходят в ранг вредителей. Особенно ощутимый вред личинки сциарид могут нанести узамбарским фиалкам – сенполиям. Некоторые виды мушек, такие как огуречный и тепличный комарики, предпочитают питаться именно корнями и теми частями растений, которые касаются почвы, нанося существенный вред рассаде. Мною был отмечен случай, когда личинки сциарид полностью уничтожили всходы экзотического фруктового дерева фейхоа, которое я решил вырастить из семян в домашних условиях. Мерзавки попросту сгрызли молодые сочные корешки новорожденных фейхоа, причем подрывную деятельность я заметил визуально: ростки слегка раскачивались, когда им отгрызали корни! Виновники были обнаружены и уничтожены, но фейхоа поголовно погибли.

Грибной комарик - сциарида

Меры борьбы. Самый эффективный способ борьбы – просушить грунт, потому что личинки, извлеченные из влажного субстрата, гибнут в течение нескольких минут, а взрослые насекомые не пожелают откладывать в такую почву свои яйца. Для нашего замиокулкаса такая процедура вполне применима – он относится к группе растений-суккулентов (от лат. succulentus, «сочный»), легко переносящих засушливые периоды за счет специальных тканей с запасами воды. Спустя пару недель после такого "сухого голодания" сциариды оставили нас и замиокулкас в покое. Можно также использовать верхний дренаж: засыпать поверхность почвы в горшке слоем мелкого керамзита, гравия или крупного песка. Такой слой после полива быстро становится сухим и лишает насекомых возможности отложить яйца. Замечу, что навсегда избавиться

Продолжение на стр.15

Такие маленьки, а навредить... Продолжение. Начало на стр.14

от грибных комариков невозможно: как только появятся подходящие условия для их размножения и питания, то ждите их снова... Еще можно завести насекомоядное растение, например, росянку или непентес и наблюдать охоту за насекомыми. А химические средства борьбы в домашних условиях я не рекомендую.

Профилактика всегда лучше. Следующие мероприятия помогут предотвратить появление и размножение сциарид у вас дома:

- своевременно удаляйте отмершие части растений с поверхности почвы;
- не допускайте появления портящихся овощей и фруктов при их хранении дома;
- промораживайте грунт перед использованием (это поможет не только от грибных комариков, но и от других вредителей);
- не применять подкормки в виде чайной заварки, кофейной гущи и другой быстро разлагаемой органики (это как раз про нас...);
- не допускать застоя воды в горшке и загнивания корней.

Ошибки садоводов-огородников в 2015 году

Рассказывает Елена Ивановна Чистякова, биолог, цветовод, садовод-огородник с большим стажем и ведущая радиопередачи «Во-саду ли, в огороде» радио России «Башкортостан». Она часто общается с садоводами, выслушивает их проблемы, отвечает на вопросы.

1. Томаты с фитофторой. Вы думаете, будет урожай?

Первая ошибка. В 2015 году многие не получили урожай томатов из-за беспощадной болезни - фитофторы. У меня есть один знакомый, который высадил 200 корней томатов и получил с них, представляете, сколько помидоров? НИСКОЛЬКО! Он выдернул растения томатов и все. Пока он спохватился, фитофтора уже так развилась, что уже ничего помочь не могло. Вот вам пример пустых трат времени, сил и денег. Ничего не делая, ничего и не получишь.

Уже неоднократно и в каждом издании мы повторяем - начинайте защищать от болезней растения с семян, замачивайте в растворе биопрепаратов, например, Фитоспорин-М (его природные фитобактерии эффективно защищают), в период роста, после высадки в грунт и до самого созревания плодов опрыскивайте томаты Фитоспорином-М, проводите профилактику от болезней.

Вторая ошибка. Многие садоводы, как только появляются признаки фитофторы, начинают усиленно поливать и опрыскивать их Фитоспорином-М паста, которая содержит в своем составе Гуми. Во-первых именно этот Фитоспорин-М предназначен для профилактики, а Гуми может стимулировать развитие патогенных грибов (фитофторы). Как только появляются первые признаки болезни, или вы услышали, что началась эпидемия фитофторы - опрыскайте и растение, и плоды Фитоспорином-М Реаниматором. Это сильный чистый (без добавок) препарат, его фитобактерии сражаются с патогенами внутри растения, когда сама болезнь не видна еще вооруженным глазом.

Е. Чистякова держит томаты спасенные от фитофторы Фитоспорином-М Реаниматор

Третья ошибка. Загущенные посадки. От близких посадок растению для полноценного развития не хватает питания, рассада хилая, урожая получите меньше, и большая вероятность быстрого распространения заболевания. Лучше меньше посадить рассады, но дальше друг от друга - урожая получите больше.

Пожелания в Новом году. Мои любимые садоводы-огородники, не бойтесь экспериментировать, делать что-то новое. Посадите какой-нибудь новый сорт или новую культуру, сделайте прививку. Не надо принимать в штыки новое, надо все новое пропускать через себя и тогда наш сад будет молодым и мы в душе не будем стареть.

Е.И. Чистякова

Встречаем зиму здоровыми!

Катя Спиридонова, молодой журналист, спортсменка

Зима – время лыж, коньков, новогодних елок, мандаринов и горячих встреч с друзьями, но уж ни в коем случае не болезней и депрессии! Как избежать досадного гриппа, когда все вокруг гуляют и веселятся? Для этого предлагаю простые правила поддержания иммунитета.

Прежде всего, старайтесь избегать закрытых помещений и больших скоплений людей. В ежедневном рационе обязательно должны присутствовать свежие овощи и фрукты, в которых содержатся витамины. На своём рабочем месте, когда все вокруг чихают и кашляют, полезно держать разрезанную дольку чеснока. Можно и съесть, если не будете в течение дня общаться с коллегами и не боитесь свалить их с ног своим дыханием. Чеснок всегда стоит на страже здоровья и способен защитить организм от любых инфекций. Также не забываем про зелёный лук - источник витаминов и хорошего самочувствия. Вырастить его на подоконнике не составит труда даже самой занятой хозяйке. Сомневаетесь? Тогда читайте в нашей газете дельные советы на эту тему.

Если же чувствуете, что болезнь завладела вами всерьез, и, так же, как и я, не являетесь большим любителем таблеток и уколов, хочу посоветовать рецепты из бабушкиного сундука. Эффективность каждого из них проверяла на себе неоднократно!!!

Рецепты для профилактики гриппа

1 Килограмм ягод калины перекрутите через мясорубку, добавьте килограмм меда и пол литра коньяка. Смесь тщательно перемешайте, переместив в банку темного цвета, плотно закройте крышкой и настаивайте месяц в темном прохладном помещении. Но не забывайте периодически взбалтывать, пока она томится. Принимайте получившееся лекарство по одной столовой ложке три раза в день за 10-15 минут до еды.

2 Молоко вскипятите на огне, добавив в него несколько веточек чебреца. Перелив в чашку, размешайте в нем 5-10 капель прополиса и чайную или даже столовую ложку меда, кто как любит. Принимайте перед сном. Такая смесь позволит носу дышать, да и удушающий кашель тоже отступит.

3 10-12 ягод можжевельника измельчите и залейте стаканом кипящей воды, накройте крышкой и настаивайте три часа. Затем настой процедите и принимайте по столовой ложке 3-4 раза в день как средство для профилактики гриппа.

4 Имбирный чай является прекрасным народным средством против гриппа. Для его приготовления понадобится свеженатертый имбирь,

Тираж 30 000 экз. Периодичность 1 раз в месяц **№ заказа 679** **Подписано в печать: 22.12.2015г.**

Моя грядка изобилия ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ

4 607026 424047

Учредитель: ИП Кузнецова Мария Вячеславовна
Главный редактор: к.т.н. В.И. Кузнецов
Редактор: к.б.н., зам. главного редактора отдела естествознания НИ "Башкирская энциклопедия" С.С. Хайретдинов;
Рекламный отдел: Е.А. Антипина
Дизайн и вёрстка: Е. В. Щукина
Обработка фото: Б.Р. Кудояров
Редакционная коллегия: В.И. Корнилов, заслуженный агроном РБ; Р.А. Кудоярова, биолог, биотехнолог; биолог-цветовод Е.И. Чистякова; И.Л. Ермолаева специалист по защите растений; Д.В. Скотников. к.б.н..
Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77 - 36062 от 28.04.2009г.
Распространяется в розницу, цена свободная.
Адрес редакции: Для писем - 450015, г. Уфа, ул. Карла Маркса 37, корпус 1, офис 304
Телефоны:
Главный редактор: (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru www.bashinkom.ru
Рекламный отдел: (347) 292-09-96, moldavan25@inbox.ru
Газета отпечатана в Нефтекамском Доме печати - филиале ГУП РБ «Издательский дом «Республика Башкортостан».
Адрес: 452684, г.Нефтекамск, Берёзовское шоссе, 4-а. Тел. 7-07-57